



Giardiasis

WAA MAXAY?

- ✓ Giardiasis waa infekshanka uu baarasiitaha *Giardia lamblia* u geysto calool yaraha.
- ✓ Giardia waxaa waxyelleyn karaa dadka iyo xoolaha.
- ✓ Baarasiitadu waxaa ay dhashaa ukumo oo kaga soo gudba jidhka saxaro ahaan.

CALAAMAADKA

Calaamaadka waxaa ay caadiyan billaabmaan 1 illaa 4 asbuuc kaddib marka ay baarasiitadu gasho jidhka waxaanna ay keeni kartaa:

- ✓ Shuban iyo calool xanuun
- ✓ Saxaro subag leh, urkeeduna xun tahay taasoo dusha sare sabbaysa
- ✓ Gas (cunno dejin xumo - *indigestion*)
- ✓ Cunno xumi
- ✓ Mararka qaarkood xummad, lalabo, matag iyo madax xanuun
- ✓ Shubanka adeeg buu isku beddeli karaa
- ✓ Cudurka waxaa uu socon karaa 6 asbuuc, mararka qaarkoodna kaba dheer
- ✓ Dad badani ee qaba *giardiasis* ma qabaan calaamado

SIDA BUU GIARDIASIS KU FAAFAA?

- ✓ *Giardia* waxaa ay faafataa goorta gacmaha, cunnada, biyaha ama alaabta ay dadka kale taabtaan (waxyabaha lagu ciyaaro, qallimada, iwm.) uu soo gaaro saxarada qof infekshanka hayo kaddibna gala afka qof kale ee biyaha xareeda, webiyada iyo Ilaha, harada, ilaha biyuhu ku burqadaan?
- ✓ Dadka waxaa ay *giardiasis* ka qaadi karaan liqidda (ama dabaasha) biyaha aan la daweyn ee warta, wabiyada, ilaha, barkadaha lagu dabaasho iyo biyaha ay wasaqeeyeen xayaanka iyo dadka.
- ✓ Biyaha waxyelloobay waxaa ka mid ah biyaha aan la karin, safeynin, ama laga saarin kiimikada.
- ✓ Dadka qaarkiis ee *giardiasis* ma jiradaan balse infekshanka waa uu sii faafi karaa.

GARASHADA CUDURKA

- ✓ Infekshanka waxaa lagu ogaan karaa iyadoo la baaro saxarada.

- ✓ Mararka qaarkood waa in baaritaannada la sameeyaa inta aan garashada cudurka la sameynin.

DAWAYNTA

- ✓ Caadiyan *giardiasis* waxaa uu bogsoodaa daawo la'aan.
- ✓ Dadka qaba calaamaadka waxaa lagu daaweyn karaa dawooyin uu takhtarka u qoro.

KA HORTAGGA

- ✓ Gacmaha si fiican isaga dhaq kaddib marka aad suuliga isticmaasho, kaddib marka aad carruurta saxarada ka beddeshid, ka hor inta aadan cunnada diyaarin iyo inta aadan cunin. Gacmo dhaq wanaagsan ayaa ah qaabka ugu wanaagsan ee looga hortagi karo faafidda *giardiasis* iyo cudurro kale infekshanka caloosha wata.
- ✓ Nadiifi oo jeermiska ka qaad meelaha (kuraasta, suuliga, meesha saxarada carruurta looga beddelo) ee ay saxaradu gaartay. Si fiican ugu dhaq saabuun iyo biyo. Dusha sare uga buufi jeermis-qaade ama warankino qasan (1/4 koob oo warankiinada aqalka ku qas *gallon* biyo ah) kaddibna dabeysha qalajiso.
- ✓ Carruurta uga dig in aysan alaabada afka gelin, qaasatan la qaybsiga alaabta ay carruurtu ku ciyaaraan.
- ✓ Carruurta dhigta xarumaha xanaanada waa in aqalka lagu hayaa haddii ay shuban qabaan.
- ✓ Dadka kale ka ilaali adigoon ku dabaalan haddii uu shuban ku hayo (waa u muhiim carruurta saxaro celiyaha loo xiro).
- ✓ Ha liqin ama ha ka cabin biyo aan la daweyn ee ka yimaada ceelasha, ilaha, webiyada haraha ilaha burqada, berkedda dabaasta, iyo meelaha biyaha ka daataa, iwm.
- ✓ Ha isticmaalin baraf ama biyo la caboo aan la daweyn goorta aad u safraaysid waddamo kale halkaasoo laga yaabo in biyuhu yihiin kuwo aan fiicnayn.

**U soo sheeg kiisaska oo idil adigoo waca
Caafimaadka Dadweynaha (Public Health)
(206) 296 - 4774.**

